

Утверждаю

И.о. заведующей
МДОУ "Детский сад №101"
/Архипова Р.Х./



МЕНЮ
20 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/6	4,5	7,3	18,2	157	0
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	200	5,5	7,8	19,8	172	0,7
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,1	2,6	11	81	0,5
Итого			453	13,1	17,7	49	410	1,2
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	139	0,7	0,1	14,4	61	2,9
Итого			139	0,7	0,1	14,4	61	2,9
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	2,1	1,6	11,8	70	5,6
2008	106	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	8,8	14	40,3	331	13,7
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	200	10,9	12	12,8	283	6,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,1	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,1	0,4	19,5	94	0
Итого			710	24,9	28	93,5	814	25,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,3	4,7	8,8	100	1
2008		ПРЯНИКИ	20	0,9	0,7	11,3	55	0
Итого			220	6,2	5,4	20,1	155	1
Ужин								
2008	183	КАША РИСОВАЯ С ИЗЮМОМ	200	3,3	3,2	44,9	223	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,8	0,3	25,2	119	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	27	0
Итого			440	7,3	3,5	76,6	369	0
Всего				52,2	54,7	253,6	1809	31